

УДК 796.011.3-057.874]:004

Дудко В.І.¹, Захаріна Є.А.²

¹ студ. гр. УФКС-124м НУ «Запорізька політехніка»

² д-р пед. наук, проф. НУ «Запорізька політехніка»

ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ КОМП'ЮТЕРНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ

У сучасному світі комп'ютерні технології стали невід'ємною частиною життя, зокрема й у сфері освіти. Фізичне виховання школярів, як важлива складова їхнього розвитку, також зазнає змін під впливом цифровізації. Використання комп'ютерних технологій у процесі фізичного виховання відкриває нові можливості для підвищення інтересу учнів до занять, покращення їхньої фізичної підготовки та формування здорового способу життя.

Розглянемо основні напрями використання комп'ютерних технологій у фізичному вихованні:

Інтерактивні програми та додатки – спеціалізоване програмне забезпечення (наприклад, фітнес-додатки, симулятори вправ) дозволяє учням ознайомитися з технікою виконання вправ, відстежувати прогрес і отримувати рекомендації.

Відеоматеріали та онлайн-уроки – використання навчальних відео та прямих трансляцій занять сприяє доступності фізичного виховання навіть у дистанційному форматі.

Гейміфікація – інтеграція ігрових елементів у процес фізичного виховання (наприклад, через віртуальну реальність або мобільні ігри) підвищує мотивацію учнів до активності.

Аналіз даних – використання носимих гаджетів (фітнес-браслети, смарт-годинники) дозволяє вчителям і учням відстежувати фізичні показники (пульс, кількість кроків, витрачені калорії) для оцінки ефективності занять.

Мета роботи: дослідити особливості використання комп'ютерних технологій у процесі фізичного виховання школярів та розробити рекомендації щодо їх оптимального впровадження.

Основні завдання дослідження включають:

- аналіз сучасного стану використання комп'ютерних технологій у фізичному вихованні школярів, зокрема доступності цифрових ресурсів у школах.

- оцінка впливу цифрових інструментів на мотивацію учнів та ефективність занять фізичною культурою.

- розробка практичних рекомендацій для вчителів фізичного виховання щодо інтеграції комп'ютерних технологій у навчальний процес.

- вивчення впливу використання комп'ютерних технологій на фізичний розвиток і психологічний стан школярів.

У процесі фізичного виховання школярів комп'ютерні технології можуть відігравати ключову роль у подоланні таких проблем, як низька мотивація до занять спортом, одноманітність уроків та недостатня обізнаність учнів про важливість фізичної активності. Наприклад, використання інтерактивних додатків дозволяє учням брати участь у віртуальних змаганнях, що стимулює їх до активності. Водночас носимі гаджети допомагають вчителям індивідуалізувати підхід до кожного учня, враховуючи його фізичні можливості.

Однак впровадження комп'ютерних технологій пов'язане з певними викликами: обмежений доступ до обладнання в деяких школах, недостатня підготовка вчителів до роботи з цифровими інструментами та ризик надмірного захоплення учнів гаджетами. Тому важливо розробити збалансований підхід, який поєднує традиційні методи фізичного виховання з інноваційними технологіями.

Тема дослідження є актуальною, оскільки сучасні школярі зростають у цифровому середовищі, і використання комп'ютерних технологій може зробити процес фізичного виховання більш привабливим і ефективним. Крім того, фізична активність, підкріплена цифровими інструментами, сприяє не лише фізичному, а й психологічному здоров'ю учнів, допомагаючи їм справлятися зі стресом і підвищувати самооцінку.

Дослідження планується проводити серед учнів середньої школи НУ «Запорізька політехніка». У ході роботи будуть проаналізовані: поточний рівень фізичної підготовки учнів, їхнє ставлення до використання комп'ютерних технологій на уроках фізичного виховання та ефективність запропонованих методів.

Розробка рекомендацій: на основі отриманих даних будуть сформовані практичні поради для вчителів щодо оптимального використання комп'ютерних технологій у процесі фізичного виховання школярів.

Висновок. Дослідження особливостей використання комп'ютерних технологій у процесі фізичного виховання школярів є важливим кроком до модернізації навчального процесу. Цифрові інструменти здатні підвищити ефективність занять, зробити їх цікавішими та доступнішими для учнів. Водночас необхідно враховувати обмеження, пов'язані з доступністю ресурсів і підготовкою педагогів, щоб забезпечити гармонійне поєднання традиційних і сучасних підходів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Основи фізичного виховання у школі: Навчальний посібник. – К.: Освіта, 2015. – 320 с.
2. Сидоренко О.П. Цифрові технології в освіті: Методичні рекомендації. – Харків: ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2021. – 180 с.